

# КУШАТЬ ПОДАНО!

№3(42)  
2010

ISSN 1819-8910



4 821 819 891 063

Изготовление куличей – процесс длительный и довольно трудоемкий. Поэтому и пекут их лишь для самого большого и светлого праздника – долгожданной Пасхи. Приготовьте куличи по нашему рецепту, и пусть в вашем доме царит весна и пасхальная радость! (рецепт на стр. 24)

## Пасхальные приготовления

- необычные супы
- праздничные салаты
- венгерская кухня
- коктейли с кофе

47  
РЕЦЕПТОВ

+ 1 РЕСТОРАН

ДОМАШНЯЯ  
АКАДЕМИЯ КАРВИНГА

Journal-plaza.net



# кушать подано!

№3(42) '2010



12



52



46



16



56



10

63

[www.appetite.org.ua](http://www.appetite.org.ua)

- 4** Новости
- 10** За покупками  
Еда с характером
- 12** Первые блюда  
Хлеб да суп
- 14** Готовим в марте  
Легче легкого
- 16** Национальная кухня  
Венгерская рапсодия
- 22** Праздничная кухня  
Вкусная Пасха
- 28** Кулинарная библиотека  
Будь первым!
- 31** Простые рецепты  
Пельмени
- 35** Мастер-класс  
38 попугаев
- 38** Блюдо из ресторана  
Важная птица
- 40** Гурман-клуб  
Что за фрукт?
- 42** Популярные блюда  
Такая разная пицца
- 46** Детское меню  
Праздник для всех
- 48** Сытный обед  
Каждому – свое
- 52** Wellness-меню  
Эх, яблочко!
- 56** Напитки  
Кофейные вариации
- 63** Техника  
Теперь ты мой
- 64** Посуда  
Новая перечница
- 65** Сервировка  
Цветущий вид
- 66** Кулинарные хитрости  
5 способов сделать  
пиццу еще вкуснее

ШЕФ-РЕДАКТОР  
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
Анастасия Гладкова

АРТ-ДИРЕКТОР  
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ  
Анастасия Леднёва,  
Наталья Недзведская


КОНТРОЛЬНЫЙ РЕДАКТОР  
Элеонора Чепинская

ФОТОГРАФ  
Владимир Хомяков

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ  
Татьяна Кожанова  
Екатерина Просяник


ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ  
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!»,  
№3 (42) 2010  
Свидетельство о регистрации  
КВ №13373-2257ПРот 06.11.2007 г.  
Подписной индекс 95474  
Выходит 12 раз в год. Издаётся с апреля 2006 г.  
Учредитель и издатель – ООО «Блиц-Пресс»  
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации  
ответственность несет рекламодатель.  
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.  
Полная или частичная перепечатка материалов допускается  
только с письменного разрешения редакции.  
Цветоделение и печать –   
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254  
Цена свободная. Тираж 55 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19  
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863  
E-mail: [office@imedia.org.ua](mailto:office@imedia.org.ua), <http://www.appetite.org.ua>

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста,  
по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861  
© «Блиц-Пресс», 2010 г.  
Все права защищены.

international  media  
издательский дом





## Подход с умом

Чашка чая неизменно согреет и утолит жажду. Компания Tefal позаботилась, чтобы вы легко могли приготовить любимый напиток! Новый чайник Vitesse объединяет в себе все достоинства предшественников. Его основная особенность – нейлоновый фильтр и ультраполированный нагревательный элемент Ultraclean, который снижает уровень накопления накипи. Тесты показали, что при его использовании образование накипи сокращается до 20 раз! Чайник имеет эргономичную ручку, удобный носик для наливания воды и кнопку автоматического открывания крышки с блокировкой. Помимо этого, «умный» чайник оснащен системой защиты от включения без воды и системой автоматического отключения после закипания. Корпус и вращающаяся подставка чайника выполнены из прочного пластика желтого, бело-бежевого, вишневого или серого оттенка. С чайником Vitesse BF 2631 от Tefal чаепитие станет любимой традицией! Tefal – без твоих идей не обойтись!

## Золото из оливок от ТМ ELEON

С чем ассоциируется Греция? Незыблемая древность, ласковое море, благодатное солнце и... оливковое масло. В эпоху античности оно было товаром первой необходимости и даже выступало в роли валюты – «жидкого золота». И совершенно заслуженно, ведь это масло издревле славится как питательными, так и лечебными свойствами. Оливковое масло и по сей день – один из важнейших продуктов в кулинарии. Почувствуйте вкус античной Греции с тремя вкусовыми оттенками оливково-



го масла «Экстра Вирджин» от ТМ ELEON. Масло CLASSIC, обогащенное ароматом цитрусовых и миндаля, идеально дополнит соусы и супы. Вкус греческого салата подчеркнет терпковато-пикантное INTENSIVE. А масло DELICATE с персиково-яблочными нотами прекрасно подойдет для детского питания.

## Carpatia – источник энергии

Чтобы оставаться в форме в любое время года, очень важно поддерживать в организме нормальный водный баланс. При этом огромное значение имеет качество воды, которую мы употребляем. Идеальный вариант – это природная питьевая вода из экологически чистого региона. Этим требованиям в полной мере отвечает вода ТМ Carpatia, которую добывают из артезианской скважины глубиной более 90 м в Карпатах. Регулярное потребление природной воды стимулирует процессы очищения организма, снимает усталость, повышает внимание, помогает восстановить водно-солевой баланс после физических нагрузок, нормализует силу и тонус мышц. Carpatia активизирует естественные процессы организма и содержит биологически активные элементы, необходимые для его полноценного функционирования. Начните свой день с глотка кристально чистой природной воды Carpatia! Вы быстро почувствуете, как наполняетесь жизненной энергией природы и открываете в себе неизведанные возможности! Подробности читайте на сайте [www.kmw.com.ua](http://www.kmw.com.ua)





## Под нужным соусом

Один из продуктов, который присутствует на столе приверженцев здорового образа жизни, – соевый соус. Он является идеальной заменой соли. В соевом соусе много витаминов и минералов, он содержит железо, цинк, витамины группы В, аминокислоты, выводит из организма радионуклиды. Компания «Состра» представляет соус «Сэн Сой» Премиум Классический, который готовится методом естественного брожения из качественного натурального сырья. «Сэн Сой» Премиум Классический подвергается более длительной выдержке по сравнению с обычными соевыми соусами, поэтому отличается насыщенной консистенцией и неповторимыми оттенками вкуса. Соус универсален: его можно добавлять в процессе приготовления или подавать к уже готовым блюдам. Он служит приправой к мучным, крупяным, овощным, рыбным и другим блюдам, которые благодаря соевому соусу приобретают особый тонкий вкус.



## Цвета шампанского

Посуда от Röndell славится совмещением современных технологий и элегантного дизайна. Но в серии Champagne специалисты компании превзошли самих себя! Все новейшие разработки в области посуды для приготовления пищи нашли отражение в предметах серии Champagne от Röndell. В Champagne входят три линейки посуды: из нержавеющей стали, из кованого алюминия и из штампованного алюминия. Поэтому предметами серии можно укомплектовать любую кухню, в зависимости от индивидуальных предпочтений. При этом все предметы будут выдержаны в едином стиле – из-

ысканном и исключительно красивом. Эта посуда буквально приковывает к себе внимание. благородные оттенки шампанского – фирменного цвета серии – подчеркиваются нежным мерцанием внешнего антипригарного покрытия, делающего уход за предметами посуды серии Champagne легким и приятным занятием.



## Прямо с грядки

Начался Великий пост, и ни один стол не обойдется без овощной консервации. ТМ «Маринадо» предлагает широкий ассортимент продукции, поскольку заботится о том, чтобы на нашем столе были вкусная и полезная еда. Для этого старательно отбираются лучшие овощи, выращенные в экологически чистой среде Закарпатья. И конечно, особое внимание уделяется рецептуре. В ассортименте ТМ «Маринадо» есть «Зеленый горошек», «Корнишоны деликатесные», «Огурцы маринованные», «Лечо», «Томаты в собственном соку» и множество других любимых овощных закусок. Современное автоматизированное производство, удобная упаковка, натуральные ингредиенты – залог того, что на вашем столе будет украинский продукт высшего качества.

А главное, что специалисты ТМ «Маринадо» знают, в чем секрет приготовления самых вкусных консервированных овощей. Попробуйте и убедитесь в том, что «все дело в маринаде»!





## Некоторые любят погорячее

Известный в Европе бренд Kühne представляет ассортиментный ряд горчицы, включающий все разнообразие вкусов: от сладкой, средне-острой и острой до зернистой горчицы. В горчице Kühne «Зернистой» сохранена целостность семян, поэтому она очень ароматна, особенно в сочетании с горячими блюдами и в маринадах для барбекю. Горчица Kühne «Средне-острая» – это добрая классика. Она производится из желтого горчичного семени, вкус которого подчеркивается небольшим количеством коричневой горчицы и азиатского горчичного семени. Характерный аромат делает ее прекрасным ингредиентом для соусов и бутербродов. Горчица Kühne «Острая» дижонская незаменима для жаркого и блюд на гриле. Ее сила подчеркнута благодаря высокому содержанию коричневой и азиатской горчицы. Приправа прекрасно «острит» рыбные блюда, маринады и соусы. Горчица Kühne «Баварская сладкая» – соотношение разных степеней

помола зерен и сладкий мягкий вкус. Это превосходное дополнение к мясным рулетам и свиным колбаскам.



## Основа здорового питания

Здоровая еда не всегда проста в приготовлении. А так бы хотелось, чтобы польза и простота были объединены в одном продукте! Такой оптимальный микс возможен с ячневой и кукурузной крупой в пакетиках для варки ТМ «Жменька». Эти злаковые культуры полезны для здоровья, поскольку содержат витамины В1, В2, РР и большое количество клетчатки. Они являются источником энергии и в то же время очищают организм от вредных веществ. Крупа кукурузная и ячневая от ТМ «Жменька» в пакетиках для варки проста в приготовлении: ее не нужно перебирать и промывать, не нужно отмерять необходимое количество воды и следить за готовностью – она готова, как только займет весь объем пакетика. Крупа не пригорает, не прилипает к стенкам кастрюли и всегда получается рассыпчатой. Крупа кукурузная и крупа ячневая в пакетиках для варки – вкусная порция здоровья от ТМ «Жменька»!



## Секреты «Коронного» запекания

Приготовление мяса в духовой печи делает его вкус особенно богатым и заманчивым. Для того чтобы ваше блюдо стало по-настоящему «коронным», воспользуйтесь следующими секретами: перед запеканием мясо полейте жиром, чтобы оно было сочнее; поставьте в духовку кастрюльку с водой, чтобы оно не пересыхало; когда мясо слегка запечется, посолите его. И самый главный секрет: если нет желания и времени готовить, вас всегда выручит ТМ «Коронна страва». Это блюда, приготовленные по уникальной технологии запекания в печи горячим воздухом, что сохраняет естественный вкус и аромат мяса. Причем блюда полностью готовы к употреблению – достаточно лишь минуты разогрева в микроволновке. Широкий ассортимент позволит без труда составить и ежедневное, и праздничное меню.





# Еда с характером

Ничто так не разнообразит привычную еду, как приправы. Достаточно даже щепотки – и блюдо заиграет новыми, богатыми вкусовыми оттенками.

## ТМ «ТОРЧИН»

Содержит смесь сухих овощей. Подходит для первых блюд. Масса – 100 г.  
Цена – 2,51 грн.



## ТМ «МИВИНА»

Подходит для любых горячих блюд. Масса – 100 г.  
Цена – 2,00 грн.



## ТМ «ЭКО»

Универсальная приправа для приготовления бульонов, первых и вторых блюд. Масса – 100 г.  
Цена – 2,18 грн.



## ТМ «ПРЕМИЯ»

Подходит для запекания. Можно добавлять в фарш и маринад. Масса – 20 г.  
Цена – 2,55 грн.

## ТМ «КАМИС»

Смесь специй и трав для приготовления плова. Масса – 25 г.  
Цена – 5,70 грн.



## ТМ KNORR

Смесь специй и пряностей для приготовления курицы. Масса – 30 г.  
Цена – 2,67 грн.



# Кулинарных дел мастер

Один из способов приготовления диетических блюд – поджаривание на гриле: при таком подходе не нужно использовать масла. Более того, в процессе жарки даже та часть жира, которая содержится в продукте, вытапливается, поэтому блюда получаются полезными и низкокалорийными. Идеальный вариант для тех, кто даже сидя на диете, не может отказаться от хрустящей курочки.

## Котлеты с сыром

На 2 порции:

- 300 г баранины
- 100 г черствого пшеничного хлеба
- 1 яйцо
- 2 зубчика чеснока
- 4 ст.л. острого сыра
- соль, молотый черный перец по вкусу

**1** Баранину пропустите через мясорубку, добавьте яйцо, толченый чеснок.

**2** Хлеб замочите на 15 минут, отожмите и соедините с фаршем. Посолите, поперчите и тщательно перемешайте.

**3** Из полученного фарша сформируйте четное количество плоских

Пожалуй, единственное, что мешает пользоваться грилем ежедневно – хлопотность этого способа приготовления. Ведь во время готовки блюдо нужно переворачивать, постоянно открывая дверцу печи. Да и ждать, пока блюдо готовится, приходится около двух часов. Но не спешите с выводами! Специалисты компании LG создали микроволновую печь DUO МАСТЕР ГРИЛЬ, с которой ваши блюда на гриле станут гораздо легче и приятнее готовить. Благодаря автоматически вращающемуся грилю, микроволновая печь DUO МАСТЕР ГРИЛЬ всю работу проделает за вас. Достаточно лишь выбрать оптимальный режим

приготовления. Так, режим «вращающийся гриль» позволяет основательно прожарить мясо, рыбу или курицу со всех сторон. С помощью «двойного гриля» можно приготовить отбивные или котлеты, при этом их не придется переворачивать. Для блюд с хрустящей корочкой идеально подходит «экспресс-гриль». А нежные блюда с деликатным поджариванием легко приготовить в режиме «нижний гриль». Больше всего радует то, что даже самое сложное блюдо с этой микроволновой печью окажется на вашем столе в считанные минуты: DUO МАСТЕР ГРИЛЬ приготовит любую пищу в два раза быстрее, чем обычный гриль! Кроме того, в новинке от LG – масса интересных дополнительных функций, например, «здоровое питание» или «русский повар». Микроволновая печь DUO МАСТЕР ГРИЛЬ впечатляет и стильным дизайном. Готовьте легко, быстро и вкусно – и пусть кулинарные эксперименты доставляют вам удовольствие!

котлеток. Натрите сыр. Половину котлет посыпьте сыром, сверху каждую котлету накройте второй частью, так чтобы сыр оказался внутри.

**4** Запекайте котлеты на блюде или решетке в режиме «двойной гриль» около 10 минут.



20  
минут

340  
ккал

2  
порции



40  
минут

452  
ккал

4  
порции

# Хлеб да суп

Супы в хлебной булке – весьма необычный и вместе с тем очень популярный в восточноевропейской кухне способ подачи первых блюд. Который, кстати, решает не только проблему сервировки, но и позволяет придать супу нужную консистенцию и нежный вкус с характерной кислинкой.

## Кремовый суп

На 4 порции:

- 1 банка мяса криля
- 1 плавленый сырок
- 2 картофелины
- 1 морковь
- 1 луковица
- 50 г мороженого зеленого горошка
- 4 небольшие буханки круглого белого хлеба
- 2 ст.л. растительного масла
- зелень петрушки
- молотый черный перец по вкусу
- соль по вкусу

**1** Доведите до кипения 2 литра воды, добавьте натертый на средней терке сырок, варите

до растворения. Добавьте нарезанный мелкими кубиками картофель.

**2** Морковь натрите на средней терке, лук мелко покрошите. Обжарьте овощи и добавьте в суп. Добавьте горошек и специи.

**3** Мясо криля разомните в банке, чтобы оно впитало сок. Добавьте в суп и варите еще 5 минут.

**4** У хлеба срежьте верхушку, вырежьте мякоть, оставляя по краям по 1 см. Налейте в хлеб суп, поставьте в духовку и запекайте 10 минут при 170°С.



## Мясной гуляш

На 2 порции:

- 600 г говядины
- 300 мл темного пива
- 400 мл говяжьего бульона
- 2 небольшие луковицы
- 2 яблока
- 2 ст.л. коричневого сахара
- 1 ч.л. горчицы
- 2 ст.л. муки
- 30 г сливочного масла
- 2 небольших круглых буханки белого хлеба
- 3 ст.л. растительного масла
- черный молотый перец по вкусу
- соль по вкусу

**1** В кастрюле растопите сливочное масло, всыпьте муку. Постоянно помешивая, доведите муку до золотистого цвета. Продолжая помешивать, тонкой струйкой влейте 200 мл бульона, затем пиво. Добавьте горчицу и еще 10 минут проварите на медленном огне.

**2** Мясо нарежьте тонкими полосками. Обжарьте в масле, посыпьте коричневым сахаром, посолите, поперчите. Добавьте мясо в кастрюльку с соусом и тушите 30 минут.

**3** Лук нарежьте полукольцами, яблоки дольками средней толщины. Лук слегка обжарьте на сковороде, влейте 200 мл бульона. Через 5 минут добавьте яблоки и тушите, пока не выпарится жидкость.

**4** У хлеба срежьте верхушку, чтобы получился широкий горшочек. Выньте мякиш, оставляя примерно по 1 см по краям. Мясо выложите в хлеб, чередуя с луково-яблочной смесью. Прикройте хлебной «крышечкой» и запеките в духовке 10 минут при 170°C. Подавайте непосредственно в хлебном горшочке или разложив по тарелкам.

45

минут

570

ккал

2

порции

Гуляш настолько густой и насыщенный, что хотя и считается супом, но оставляет такое же ощущение сытости, как полноценное второе блюдо.



# Легче легкого

Весной особенно хочется легкости во всем – это касается и продуктов на нашем столе. Можно смело утверждать, что эти блюда легкие вдвойне: во-первых, они полезные и низкокалорийные, во-вторых – их очень просто готовить.

## Постная запеканка

На 4 порции:

- 3 крупные моркови
- 2 крупные картофелины
- 2 несладких яблока
- 3 крымские луковицы
- 1/4 мускатной тыквы
- 6 ст.л. оливкового масла
- 2 ч.л. молотого чабреца
- 1 ч.л. молотого красного перца
- 2 ч.л. морской соли
- зелень петрушки

**1** Морковь нарежьте поперек на 4–5 кусочков. Картофель и лук – на четвертинки, затем каждую четвертинку разрежьте пополам. Тыкву измельчите кубиками.

**2** В миску налейте оливковое масло, выложите нарезанные овощи, перемешайте. Добавьте специи и 1 ч.л. ложку морской соли, еще раз хорошо перемешайте.

Выложите овощи в форму и запекайте в духовке 30 минут при 200°С.

**3** Яблоки нарежьте на четвертинки, затем каждый кусочек – пополам. Достаньте запеченные овощи, добавьте яблоки, перемешайте и запекайте еще 20 минут.

**4** При подаче посыпьте блюдо мелко нарезанной петрушкой и морской солью.

Это блюдо прекрасно разнообразит постный стол. Благодаря яркому сочетанию вкусов, оно точно не покажется вам пресным.



70  
минут

182  
ккал

4  
порции



20

минут

205

ккал

4

порции

## Картофельный салат «Время весны»

На 2 порции:

- 4 картофелины
- 6 помидорок черри
- 100 г рукколы
- 50 г твердого сыра
- 1 упаковка кресс-салата
- 100 г копченого лосося
- 200 мл дрессинга Kühne Salatfix «Пряные травы» (низкокалорийный)

**1** Картофель отварите «в мундире», почистите, нарежьте кружочками.

**2** Помидорки черри разрежьте пополам. Сыр натрите на

мелкой терке, смешайте с дрессингом. Кресс-салат и лосось мелко нарежьте.

**3** Соедините помидоры, картофель, веточки

рукколы, добавьте сыр с дрессингом, хорошо перемешайте. Сверху красиво выложите копченый лосось и кресс-салат.

Классический соус Kühne Salatfix «Пряные травы» – это отборные ингредиенты, яркий букет трав и особенный рецепт без использования масла. Полное удовольствие при малом количестве калорий.





## Перкельт из карпа

Рецепт на стр. 20



# Венгерская рапсодия

Благодаря своим необычайно аппетитным блюдам, венгерская кухня прославилась на весь мир. Конечно, вы не раз услышите о том, что на нее оказали влияние соседи: румыны, итальянцы, австрийцы... Да, без этого не обошлось. Но она сумела сохранить национальный колорит и неповторимый вкус. А вкус в кулинарном искусстве – самое главное!



100  
минут

512  
ккал

5  
порций

## Мясные рулеты

Рецепт на стр. 20



Большое количество разнообразных ингредиентов, составляющих кушанье, – одна из важнейших особенностей венгерской кухни.



## Маковый ретеш

Рецепт на стр. 21

В Венгрии ретеш хорошо удается благодаря исключительным качествам местной пшеничной муки. Для ретеша она должна быть очень тонкого помола.

100  
минут

520  
ккал

4  
порции



## Блинчики «Гундель»

Рецепт на стр. 21

60  
минут

520  
ккал

4  
порции



Рафинированное подсолнечное масло «Чумак – Золота» известно классическим вкусом и стабильным качеством. Масло «Чумак – Золота» изготовлено по современной технологии, имеет сбалансированный состав жиров и богато питательными веществами.







### Перкельт из карпа

На 4 порции:

- 600 г карпа
- 2 луковицы
- 2 сладких перца
- 3 ст.л. томатной пасты
- красный молотый перец, соль по вкусу
- 1 ст.л. растительного масла

**1** Карпа очистите, разделите на две филейные половины, разрежьте на порционные куски, посолите. Из головы и костей отварите бульон.

**2** В кастрюле слегка поджарьте мелко нарезанный лук, посолите, поперчите.

**3** Куски карпа опустите в кастрюлю с луком, добавьте мелко нарезанный перец томатную пасту.

**3** Переложите рыбу и овощи в форму, залейте бульоном и тушите в духовке до готовности.

### Мясные рулеты

На 5 порций:

- 800 г говядины (филе)
- 150 г говяжьих мозгов
- 2 яйца
- 2 сладких перца
- 90 мл топленого свиного сала
- 1 ст.л. муки
- 150 г сметаны
- 2 луковицы
- 1/2 зубчика чеснока
- 150 г шампиньонов
- 100 г шпика
- зелень петрушки
- молотый черный и красный перец по вкусу
- соль по вкусу

**1** Шпик нарежьте мелкими кубиками, слегка обжарьте. Добавьте 1 нарезанный тонкими кольцами перец, очищенные от пленок и крупно нарезанные мозги, мелко нарезанную

луковицу, соль, молотый перец, часть зелени и жарьте еще 15 минут. Влейте взбитые яйца, все перемешайте, обжарьте и охладите.

**2** Мясо разрежьте на 10 ломтиков, отбейте. Поперчите, посолите, выложите начинку. Скатайте ломтики в рулеты, обвяжите ниткой и обжарьте со всех сторон на сале.

**3** Луковицу и чеснок мелко порубите, обжарьте до светло-желтого цвета на сале, добавьте нарезанный кубиками перец, перемешайте.

**4** Для соуса муку подсушите до золотистого цвета, слегка охладите и разотрите со сметаной. Грибы мелко нарежьте и обжарьте,



добавьте к ним специи, зелень и перемешайте с мукой и сметаной. Залейте рулеты соусом, приправьте луком и перцем и тушите 40 минут.

**4** Рулеты освободите от ниток, выложите на блюдо. При подаче полейте соусом вместе с овощами.





## Маковый ретеш

На 4 порции:

Для теста:

- 2 стакана муки
- 1 стакан молока
- 1 яйцо
- 20 г свежих дрожжей
- 4 ст.л. сахара

- 25 г сливочного масла
  - щепотка соли
- Для начинки:
- 250 г мака
  - 1 стакан молока
  - 25 г сливочного масла
  - 3 ст.л. сахара
  - сахарная пудра для украшения

**1** Приготовьте опару из теплого молока, дрожжей, сахара и 1/3 части муки. Накройте, оставьте в теплом месте до увеличения опары в 3 раза.

**2** Добавьте в опару растопленное сливочное масло, яйцо, соль и оставшуюся часть муки. Замесите тесто, накройте и оставьте в теплом месте на 60 минут.

**3** Мак разотрите при помощи ножа или блендера. Залейте теплым молоком и оставьте на 20 минут. Выложите в сложенную в несколько раз марлю, дайте молоку стечь. Добавьте в мак сливочное масло и сахар.

**4** На присыпанной мукой салфетке раскатайте тесто в пласт толщиной 4 мм. Равномерно выложите начинку и скрутите тесто в рулет. На салфетке перенесите рулет на смазанный маслом противень, оставьте для расстойки еще примерно на 20 минут. Выпекайте в духовке при 220°С. При подаче разрежьте на ломтики и обильно посыпьте сахарной пудрой.

## Блинчики «Гундель»

На 4 порции:

Для теста:

- 4 яйца
- 0,5 стакана сахара
- 2 стакана молока
- 0,5 стакана газированной минеральной воды
- 2,5 стакана муки
- 2 ст.л. растительного масла
- щепотка соли
- растительное масло для жарки

Для начинки:

- 150 мл рома
- 40 г изюма
- цедра 1 апельсина
- 200 г молотых грецких орехов
- 250 мл сливок

- 0,5 стакана сахара
- Для соуса:
- 100 г черного шоколада

**1** Изюм и цедру залейте ромом и дайте настояться.

**2** Желтки разотрите с сахаром, влейте молоко и минеральную воду, посолите, всыпьте муку и перемешайте. Добавьте взбитые в пену белки, влейте растительное масло. Испеките тонкие блинчики.

**3** Вскипятите сливки, всыпьте сахар, орехи, изюм, цедру, варите до загустения. Влейте половину рома и остудите начинку.



**4** Наполните блинчики начинкой, сверните в трубочки. При подаче полейте растопленным шоколадом.



Даже если в этом году вам не удалось выдержать Великий пост, к светлому празднику Пасхи принято накрывать стол по всем правилам: это не только крашеные яйца, но и любимые куличи, и нежнейшая творожная пасха. Угощайте родных и близких всю Пасхальную неделю!

# Вкусная Пасха

165  
минут

296  
ккал

10  
порций





## Пасхальный кекс

На 10 порций:

- 300 г муки
- 7 г сухих дрожжей
- 150 мл молока
- 1 апельсин
- 100 г сахара
- 1 яйцо
- 140 г сливочного масла
- 75 г изюма
- 30 г миндаля
- 25 мл коньяка
- щепотка соли
- сахарная пудра для посыпки

**1** Разведите дрожжи в теплом молоке. Добавьте немного просеянной муки, перемешайте, накройте и оставьте в теплом месте на один час.

**2** Натрите на терке цедру апельсина, отожмите сок. В оставшуюся муку добавьте соль, сахар, яйцо, растопленное сливочное масло, цедру. Влейте апельсиновый сок. Добавьте дрожжевую закваску, хорошо перемешайте и оставьте еще на час в теплом месте.

**3** Изюм залейте коньяком и оставьте на 10 минут. Добавьте в тесто, перемешайте.

**4** На дно формы выложите миндаль, влейте тесто и оставьте еще на 20–25 минут. Выпекайте при 200°С примерно 45 минут. Готовый кекс щедро посыпьте сахарной пудрой.





Все пасхальные приготовления принято делать заранее. Так, куличи лучше начать выпекать в Великую Пятницу.

## Кулич «Весенний»

На 6 порций:

- 900 г муки
- 50 г дрожжей
- 300 мл молока
- 10 желтков
- 250 г сахара
- 100 г сливочного масла
- 100 г изюма
- 25 мл коньяка
- 25 г цукатов
- цедра половинки лимона
- 1 ч.л. молотого кардамона
- 1/2 ч.л. молотого мускатного ореха
- ванильный сахар по вкусу
- щепотка соли

**1** В 1/2 стакана кипящего молока заварите 100 г

муки. Дрожжи разведите в 1/2 стакана теплого молока и добавьте к заваренной муке. Накройте массу и оставьте на час.

**2** Желтки разотрите добела с сахаром и солью. В дрожжевую массу влейте половину смеси, добавьте 250 г муки, вымесите, оставьте на час.

**3** Долейте вторую половину смеси, добавьте 500 г муки и месите тесто, пока оно не будет отставать от рук. В готовое тесто небольшими порциями влейте растопленное масло. Затем

добавьте пряности, коньяк и дайте тесту подойти вторично.

**4** Осадите тесто до первоначального состояния, добавьте цукаты и изюм (обваляйте изюм и цукаты в муке, чтобы они не осели на дне). Дайте тесту подойти еще раз. Разделите тесто на 2 части, уложите в формы, выложенные промасленной бумагой (форма должна быть заполнена тестом до половины). Дайте тесту подняться, чтобы оно занимало 2/3 формы. Выпекайте около 45 минут при 170°C. Украсьте готовый кулич сахарной глазурью и кондитерской посыпкой.



40

минут

320

ккал

8

порций

Чтобы вкус пасхи был отменным, для приготовления используйте только самые свежие ингредиенты, жирный домашний творог и сметану.

### Пасха «Цветная»

На 8 порций:

- 800 г свежего творога
- 250 г жирной сметаны
- 200 г сливочного масла
- 100 г сахара
- 4 яйца
- 1/4 ч.л. соли
- 100 г цукатов
- щепотка ванилина

**1** Отделите желтки от белков. Творог протрите через сито.

**2** Масло хорошо разотрите с сахаром, солью и желтками.

Добавьте творог, цукаты (примерно 20 г отложите для украшения) и ванилин, вымешивайте до однородного состояния. Введите сметану, еще раз хорошо перемешайте.

**3** Форму для пасхи выложите влажной марлей, положите творожную массу, как следует разровняйте. Накройте краями марли, сверху придавите грузом и поставьте в холодильник на 6–8 часов. При подаче украсьте цукатами.



# Салаты к Пасхе

Всевозможные салаты – традиционный атрибут любого торжественного стола. А к празднику Пасхи легкие и оригинальные салаты, основной ингредиент которых – яйца, будут актуальны как никогда.

30  
минут

320  
ккал

8  
порций

## Заливной салат

На 8 порций:

- 5 яиц
- 400 г ветчины
- 100 г оливок без косточек
- 1 сладкий красный перец
- 1 стакан сливок (30–33 %)
- 2 пакетика желатина
- 1 ст.л. уксуса
- молотый черный перец
- соль по вкусу

**1** Яйца отварите. Мелко нарежьте яйца, ветчину, перец и оливки.

**2** Соедините уксус и 1/2 стакана холодной воды, всыпьте желатин и дайте постоять до набухания. Перелейте разведенный желатин в кастрюлю с кипящей водой (приблизительно 1 стакан), чтобы кристаллы полностью растворились.

**3** Смешайте разведенный желатин с остальными ингредиентами салата

(не выливайте весь желатин сразу – посмотрите по консистенции блюда, какое количество вам необходимо), посолите, поперчите. Добавьте взбитые сливки, все хорошо перемешайте.

**4** Переложите салат в одну большую или в несколько маленьких формочек, накройте пленкой и поставьте в холодильник не менее чем на 3 часа.



## Салат «Перепелиное гнездо»

На 6 порций:

- 10 перепелиных яиц
- 1 куриное яйцо
- 150 г ветчины
- 1 небольшая морковь
- 1 соленый огурец
- 1/2 консервированного зеленого горошка
- 1/2 консервированной кукурузы
- 2 картофелины
- 200 г майонеза
- 1 ст.л. острого соуса
- листья петрушки для украшения

**1** Отварите яйца (чтобы отварить вкрутую перепелиные яйца, достаточно 5–6 минут), морковь и картофель.

**2** Очень мелко нарежьте ветчину, огурец, перепелиные яйца, картофель и морковь. Куриное яйцо разрежьте на 8 частей для украшения.

**3** Соедините все ингредиенты салата (по одной ложке кукурузы и горошка оставьте для украшения), заправьте майонезом и соусом, перемешайте.

**4** Выложите салат горкой, посыпьте кукурузой и горошком, выложите кусочки яйца и зелень петрушки.

По содержанию полезных веществ перепелиные яйца значительно превосходят куриные, поэтому они особенно рекомендованы для детского питания.



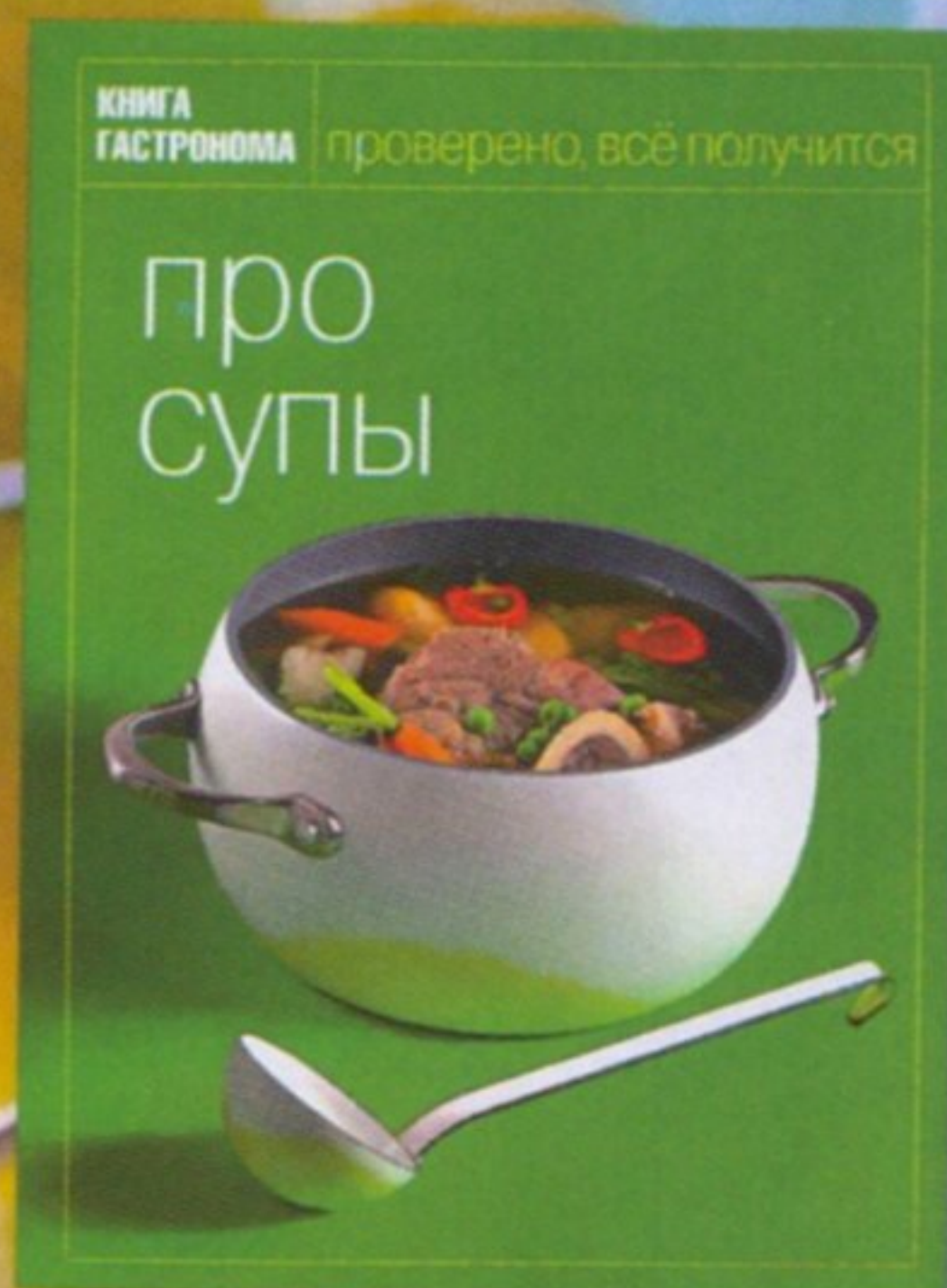
20  
минут

350  
ккал

6  
порций



# Будь первым!



Суп наполняет дом восхитительными ароматами. Он насыщает и успокаивает, соблазняет и манит. Он как будто нашептывает:

«Идите скорее на кухню – вас ждет чудеснейшая еда...».

В книге «Про супы» от издательства «Эксмо» вы найдете множество рецептов приготовления «первого» – от классических до самых экзотических.

60  
минут

163  
ккал

8  
порций

## Сенегальский суп

На 8 порций:

- 1,5 л куриного бульона
- 500 г куриного филе
- 3 веточки тимьяна
- 3 веточки орегано
- 1 ст.л. перца горошком
- 2 небольшие луковицы
- 3 стебля сельдерея
- 2 зеленых яблока
- 2 ст.л. оливкового масла
- 1 ст.л. сливочного масла
- 1 ст.л. карри
- 100 мл сливок (жирностью 22%)
- соль, молотый белый перец по вкусу

**1** Куриное филе залейте кипящим бульоном, положите тимьян и орегано. Варите 10 минут на среднем огне. Снимите с огня и остудите филе в бульоне.

**2** Лук нарежьте крупными кубиками, поджарьте в оливковом масле до золотистого цвета, добавьте карри, уменьшите огонь и готовьте еще 2 минуты.

**3** Куриное филе нарежьте средними кубиками, соедините с луком, перемешайте.

**4** Яблоки очистите, нарежьте крупными кубиками. Черешки сельдерея нарежьте очень тонкими дольками. Обжарьте в сотейнике на разогретом сливочном масле 2–3 минуты.

**5** Бульон процедите, доведите до кипения, добавьте курицу с луком и яблоки с сельдереем. Еще раз доведите до кипения, варите на медленном огне 5 минут. Добавьте сливки, соль, перец, прогрейте (но не доводите до кипения).



Фрикадельки можно сделать и из тунца, сайры в собственном соку или сардин. В качестве начинки можно положить оливку, аджику или вассаби.

## Бульон с фрикадельками из лосося

На 6 порций:

- 1,5 л рыбного бульона
  - 3 см свежего корня имбиря
  - 1 ч.л. семян кориандра
  - 1 ч.л. тайского рыбного соуса нам пла
  - листья кинзы для украшения
- Для фрикаделек:
- 1 банка лосося в собственном соку
  - 1 стакан свежих хлебных крошек
  - 1 яйцо
  - 1 желток
  - сок четвертинки лимона
  - пучок зеленого лука
  - соль, молотый черный перец по вкусу
  - мука
  - масло для фритюра

**1** Семена кориандра поджарьте на сухой сковороде 2 минуты. Бульон влейте в кастрюлю, добавьте нарезанный ломтиками имбирь, семена кориандра. Доведите до кипения, варите на медленном огне 30 минут. Влейте рыбный соус.

**2** Сок лосося слейте в отдельную посуду. Рыбу разомните, добавьте мелко нарезанный зеленый лук и взбитые с солью и перцем яйца. Хлебные крошки смочите соком лосося, соедините с фаршем, все перемешайте.

**3** Сформируйте небольшие фрикадельки, обваляйте в муке и обжарьте во фритюре. Бульон процедите, снова вскипятите. Фрикадельки выложите на тарелки, залейте кипящим бульоном и посыпьте блюдо листьями кинзы.

50

минут

236

ккал

6

порций



## Хаш

### На 8 порций:

- 2 говяжьи ножки
- 1 телячий рубец
- 2 небольшие луковицы
- 1 ч.л. черного перца горошком
- 1 ст.л. соли
- зелень

**1** На ножках подрежьте сухожилия. Рубец разрежьте на 5 кусков. Рубец и ножки в разных кастрюлях залейте водой и доведите до кипения. Через 30 минут выньте ножки, отвар слейте. К бульону с рубцом добавьте неочищенную луковицу и перец. После закипания снимите пену и варите 2,5 часа.

**2** Ножки положите в большую кастрюлю, залейте 5 литрами холодной воды, добавьте неочищенную луковицу и 1 ст.л. соли и варите 8 часов на очень медленном огне. Если бульон начнет испаряться, вливайте холодную воду (не больше 3 стаканов).

**3** Добавьте в кастрюлю с ножками промытый рубец, немного проварите. Выньте из хаша ножки и рубец. С ножек снимите мясо, разберите на кусочки. Рубец нарежьте ромбиками. Бульон доведите до кипения.

**4** Мясо разложите по тарелкам, залейте бульоном, посыпьте зеленью. Подавайте с лавашем.

Этот невероятно сытный суп – традиционное блюдо кавказских народов. Хаш принято есть ранним утром, до завтрака или на завтрак.

480  
минут

274  
ккал

8  
порций



# Простые рецепты от бабушки Нины

## Пельмени



Магазинные пельмени не идут ни в какое сравнение с домашними. Зато в их пользу играет скорость приготовления: достаем заветную упаковку из морозилки, и через 15 минут ужин готов! Лепка пельменей – процесс трудоемкий. Однако на Урале – родине этого русского блюда – есть замечательная традиция: приглашать на лепку пельменей не только домашних, но родственников, друзей и соседей. Так вот, посвятив этому занятию один вечер, вы можете надолго запастись полуфабрикатами домашнего производства.



### Уральские пельмени

*Для теста:* 3,5 стакана муки, 2 яйца, 1 ч.л. соли. *Для фарша:* 250 г говядины, 250 г свинины, 2–3 средние луковицы, 2–3 зубчика чеснока, 1/2 ч.л. черного молотого перца, 1 ч.л. с верхом соли. Муку просейте, насыпьте горкой в большую миску, в центре сформируйте лунку, влейте в нее взбитые яйца. Добавьте соль и начните вымешивать ложкой. Постепенно вливайте теплую воду, продолжая размешивать. Добавьте столько воды, чтобы тесто начало отставать от стенок. Переложите его на посыпанный мукой стол и вымешивайте руками до тех пор, пока тесто не начнет отставать от рук. Добавьте муки, если необходимо. Переложите в миску, плотно накройте крышкой или салфеткой и оставьте на 30 минут.

Пропустите через мясорубку мясо, лук и чеснок, добавьте специи и немного теплой воды, чтобы фарш не был сухим.

Тесто разделите на две части, раскатайте тонкие колбаски, разрежьте каждую на небольшие кусочки и каждый раскатайте в лепешку. На каждую лепешку выложите фарш, залепите края. Отварите в кипящей подсоленной воде с половинкой луковицы. Подавайте с уксусом.

### Сибирские пельмени

*Для теста:* 2,5 стакана муки, 1 яйцо, 3/4 стакана воды, соль по вкусу.

*Для фарша:* 150 г говядины, 150 г свинины, 120 г баранины, 50 г сливочного масла, 2 г мускатного ореха, 3 ст.л. сливок, 2 средние луковицы, соль и черный молотый перец по вкусу.

*Для заправки:* 3 зубчика чеснока, 2 ст.л. топленого сливочного масла, 3 ст.л. уксуса, соль и черный молотый перец по вкусу.

Муку просейте и насыпьте горкой, в центре сделайте лунку, добавьте яйцо, влейте воду, посолите. Замесите тесто. Говядину, свинину и баранину два раза пропустите через мясорубку вместе с маслом и мускатным орехом, посолите, поперчите и хорошо перемешайте. В фарш постепенно добавляйте сливки и мелко нарезанный лук, еще раз все тщательно перемешайте. Тесто раскатайте в длинную тонкую колбаску, разрежьте на небольшие кусочки и после каждый кусочек раскатайте в лепешку. Сверху выложите по чайной ложке фарша, края плотно защепите. Готовьте на пару 10–15 минут. Для заправки смешайте тертый чеснок с маслом, уксусом и специями.

### Пельмени в горшочке

*Для теста:* 2 стакана муки, 2 ст.л. растительного масла, 1 стакан кипятка, соль по вкусу.

*Для фарша:* 500 г нежирной говядины, 1 луковица, 150 мл молока, соль, молотый черный перец по вкусу.

*Для запекания:* 200 г грибов, 2 небольшие луковицы, сметана, бульон, сыр, сливочное масло для жарки.

В муку влейте растительное масло, посолите и в 3 захода добавляйте весь объем кипятка. Замесите крутое тесто. Накройте и дайте постоять 30 минут. Приготовьте фарш. Сформируйте пельмени и заморозьте на посыпанной мукой пергаментной бумаге или доске не менее 8 часов. Разогрейте сливочное масло и обжарьте пельме-



ни с двух сторон до образования румяной корочки. Затем обжарьте мелко нарезанный лук и грибы. Выложите в горшочек пельмени, затем грибы с луком, сверху выложите сметану и залейте бульоном так, чтобы она слегка покрывала пельмени. Запекайте в духовке при 200°С примерно 30 минут, затем посыпьте сверху тертым сыром и запекайте до тех пор, пока он не зарумянится.

### **Пельмени капустные**

*Для теста: 3 стакана муки, 1,5 яйца, 1 стакан воды, 3/4 ст.л. соли.*

*Для фарша: 250 г свинины, баранины или говядины (на выбор), 250 г жареной капусты, 1 средняя луковица, 1/2 стакана воды, щепотка сахара, соль, перец по вкусу.*

Муку просейте, сделайте горку, в центре сформируйте лунку и влейте теплую воду, посолите. Добавьте яйцо. Когда тесто приобретет однородную консистенцию, оставьте его на 30–40 минут, накрыв влажным полотенцем. Мясо, жареную капусту и лук измельчите в мясорубке, добавьте соль, перец. Сахар растворите в теплой воде и добавьте в фарш. Все тщательно перемешайте и слегка отбейте. Вылепите пельмени и отварите в кипящей подсоленной воде 5–7 минут.

### **Праздничные пельмени**

*Для теста: 5 стаканов муки, 200 г сметаны, 2–3 яйца, 1 стакан воды, 1 ч.л. соли.*

*Для фарша: 1 кг филе судака, 6 ст.л. растительного масла, 2 небольших луковицы, щепотка сахара, соль, моло-*

*тый черный перец и молотый душистый перец по вкусу.*

Соедините сметану, яйца, воду и соль, взбейте миксером. Постепенно добавляя муку, замесите крутое тесто. Накройте тесто влажным полотенцем и оставьте на один час.

Рыбное филе перемелите. Пассируйте мелко нарезанный лук в масле. Добавьте в фарш пассированный лук, перец, соль и сахар, хорошо перемешайте. Вылепите пельмени и отварите в кипящей подсоленной воде.

### **Пельмени «Богатырские»**

*Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 2,5 ст.л. растительного масла, 1 зубчик чеснока, 1 веточка розмарина, 1 веточка тимьяна, соль и молотый черный перец по вкусу.*

*Для фарша: 700 г говяжьей или свиной печени, 1 яйцо, 2 небольшие луковицы, 4 ст.л. сметаны, соль и молотый перец по вкусу.*

Чеснок с травами пассируйте в масле, немного остудите. Добавьте взбитые яйца. Постепенно всыпьте муку, специи и замесите тесто.

Печень промойте, удалите пленки, разрежьте на куски и пропустите через мясорубку вместе с луком. В фарш добавьте яйцо, сметану, перец и соль, тщательно перемешайте.

Тесто раскатайте и вырежьте из него большие треугольники или четырехугольники. Разложите начинку, накройте вторым куском раскатанного теста и хорошо придавите края. Варите в подсоленной воде с небольшим количеством оливкового масла 8–10 минут.



### Пельмени дальневосточные

*Для фарша: 500 г кальмара, 1 яйцо, 1 средняя луковица, 2 ст.л. растительного масла, соль, молотый черный перец по вкусу.*

Замесите обычное пельменное тесто. Кальмаров очистите, промойте, кальмаров очистить, промыть, разрежьте на кусочки и пропустите через мясорубку. К полученному фаршу добавьте мелко нарезанный лук, мелко нарубленное вареное яйцо, растительное масло, соль, черный молотый перец. Все тщательно перемешайте. Вылепите пельмени и отварите в кипящей подсоленной воде.

### Пельмени постные

*Для теста: 2 стакана муки (можно пшеничной пополам с гречневой), 0,5 стакана воды, 1/2 ч.л. соли, 3 ст.л. растительного масла.*

*Для фарша: 200 г замороженных белых или других лесных грибов, 0,5 стакана гречки, 2 небольших луковицы, соль, молотый черный перец по вкусу.*

*Для грибного отвара: 2 стакана воды, 1 лавровый лист, 1 зубчик чеснока, душистый перец горошком и зелень по вкусу.*

В миску налейте кипяток, добавьте масло. Всыпьте муку, быстро перемешайте ложкой и руками замесите тесто. Накройте тесто перевернутой горячей миской или кастрюлей и оставьте на 30 минут.

В кипящей воде отварите специи и размороженные грибы, уменьшите огонь и проварите еще 10 минут, в конце посолите.

Грибы выньте из отвара, остудите и мелко порубите. Отвар процедите.

Отварите гречку. Лук нарежьте и поджарьте до мягкости, добавьте мелко нарезанные грибы, обжарьте 5 минут. Добавьте гречневую кашу, перемешайте и обжаривайте еще 2 минуты. Тесто тонко раскатайте, разрежьте на квадраты (5×5 см). Положите начинку и залепите в виде треугольника. Выложите на смазанный маслом противень и выпекайте 20 минут при 160°C. Грибной отвар доведите до кипения. Испеченные пельмени выложите в глубокую форму, залейте горячим грибным отваром, посыпьте специями. Форму затяните фольгой и запекайте пельмени в духовке еще 20 минут при той же температуре.

### Пельмени «Цветные»

*Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 1/2 стакана воды, 1 ч.л. соли, 4 ч.л. свекольного сока, 4 ч.л. морковного сока.*

*Для фарша: 500 г куриного филе, 500 г шампиньонов, 100 мл сливок, сливочное масло для жарки, соль по вкусу.*

Разделив количество ингредиентов пополам, замесите два вида теста: со свекольным и с морковным соком.

Куриное филе пропустите через мясорубку. Мелко нарежьте грибы и пассируйте в сливочном масле. Соедините грибы с куриным мясом, влейте сливки, посолите и все хорошо перемешайте. Дайте фаршу настояться 20 минут.

Вылепите небольшие пельмени и отварите в подсоленной кипящей воде с добавлением лаврового листа.



30

минут

70

ккал

1

порция

# 38 попугаев



Марина Чернец,  
мастер по тайскому  
карвингу, Домашняя  
Академия Карвинга  
Decor Rose.

Искусство вырезать настоящие шедевры из овощей и фруктов называется «карвинг». Немного сноровки – и из обыкновенного дайкона получится милый попугайчик. Может быть, даже не один, а целая композиция, которая станет оригинальным съедобным украшением праздничного стола.



## Мастер-класс

### Попугай

На 1 порцию:

- 1 дайкон (белая длинная редька)
- 2 горошины черного перца
- 1 небольшая морковь

**1** С дайкона тонко счистить кожицу. С широкой стороны, закругляя, сформировать голову, снимая поочередно тонкие слои дайкона длиной 4–5 см, вырезая плавное углубление.

Для карвинга стоит приобрести специальные наборы ножей. Но для «первого испытания» можно воспользоваться и обычным маленьким кухонным ножом, кончик которого имеет острый угол.


**2** В верхней части вырежьте круглое отверстие для клюва.

**3** С лицевой стороны проведите контур крыльев от шеи и срежьте лишнюю мякоть. Со спинки проведите прямую линию, разделяющую крылья на равные симметричные части. Сформируйте животик, проведя плавную линию от одного крыла к другому.

**4** Срезая лишнюю мякоть, подготовьте поверхность для прорезания перьев верхней части хвоста.

**5** Овальным ножом вырежьте горизонтально на крыльях 4 ряда маленьких перьев, остальную часть вырежьте вертикально, делая плавные бороздки. Треугольным ножом сформируйте перышки на животе.





6 Овальным ножом прорежьте перья хвоста, начиная с тонкого среза и постепенно углубляясь.

7 На верхней части хвоста вырежьте 3 длинных пера и из под них удалите лишнюю мякоть. В шахматном порядке прорежьте еще 2 пера. Аналогично прорежьте с нижней части хвоста 3 пера, затем еще 2.

9 Вырежьте клювик, хохолок и прикрепите зубочистками.

8 Вырежьте глаза из моркови или тыквы, в полушария (шарик, разделенный пополам) вставьте горошины черного перца или гвоздику и прикрепите с помощью зубочисток в вырезанные отверстия глаз.



Главный ресторан отеля Principe Leopoldo считается лучшим в Лугано благодаря знаменитому шеф-повару Дарио Ранца. У него удивительный талант даже из самых простых блюд делать произведения искусства. А что уж говорить о такой экзотике, как фаршированная грудка цесарки. Вы только попробуйте!

# Важная птица



## Фаршированная грудка цесарки

На 4 порции:

- 4 грудки цесарки  
(можно заменить  
куриными грудками)
- 1 небольшая морковь
- 1 небольшой цукини
- 100 г сморчков
- 50 г телятины
- 50 мл сливок
- 15 г свиного сала  
или бекона
- 3 мл арахисового масла
- 50 г сливочного масла
- 1 веточка розмарина
- соль по вкусу
- молотый черный перец  
по вкусу

Для соуса:

- 20 г лука шалот
- 50 г сливочного масла
- 100 мл белого вина
- 200 мл говяжьего бульона

**1** Морковь, цукини и сморчки порежьте и бланшируйте. Соедините с мелко нарезанной телятиной. Добавьте сливки, посолите, поперчите и перемешайте.

**2** Грудки цесарки надрежьте вдоль, вложите овощную начинку и закройте. Свиное сало нарежьте тонкими ломтиками и оберните каждую грудку. Посолите и поперчите по вкусу. В форму влейте арахисовое и растопленное сливочное масло, добавьте веточку розмарина, выложите грудки. Запекайте в духовке при 160°С примерно 12 минут.

**3** Готовые грудки остудите в течение 5 минут, затем аккуратно порежьте.

**4** Нарежьте лук шалот, обжарьте на небольшом количестве сливочного масла. Влейте белое вино, варите, пока часть вина не выпарится. Добавьте говяжий бульон, массу процедите, остудите и разотрите с размягченным сливочным маслом.

**5** При подаче приправьте каждую грудку ложкой соуса. На гарнир к этому блюду подойдут любые сезонные овощи.

45  
минут

372  
ккал

4  
порции



10 минут 450 ккал 4 порции

# Что за фрукт?

На радость любителям экзотики, сегодня в магазине можно купить необычные фрукты родом из далеких стран. Жители тропических широт не только едят их сырыми, но и активно используют в кулинарии. Рекомендуем и вам последовать их примеру.

## Крем из папайи

На 4 порции:

- 1 большая спелая папайя
- 2 ч.л. свежевыжатого сока лайма
- 300 мл сливок (30–33% жирности)
- 2 ст.л. сахара
- 1 ст.л. кокосовой стружки

**1** Папайю очистите, мякоть измельчите в блендере вместе с соком лайма до пюреобразного состояния.

**2** Отдельно взбейте миксером сливки в крепкую пену. Хорошо перемешайте их с пюре из папайи, кокосовой стружкой и сахаром.

**3** Разложите десерт по креманкам и поставьте в холодильник как минимум на 1 час. При подаче этот десерт можно посыпать кокосовой стружкой или украсить ломтиками папайи.



## Курица в манговом соусе

На 4 порции:

- 4 куриные грудки
- 2 манго
- 1 луковица
- 0,5 стакана апельсинового сока
- 2 ст.л. соевого соуса
- 2 ст.л. растительного масла
- 1 ст.л. коричневого сахара
- соль по вкусу

**1** Манго и лук измельчите в блендере до пюреобразного состояния, добавьте растительное масло, соевый соус, апельсиновый сок, сахар и соль.

**2** Куриное филе нарежьте на порционные кусочки, залейте 2/3 соуса

и поставьте мариновать на 2 часа.

**3** Переложите курицу в форму и запекайте в духовке около часа при 180°С.

**4** Подавайте с отварным рисом, полив курицу оставшейся частью мангового соуса.



80

минут

460

ккал

4

порции



60

минут

314

ккал

6

порций

# Такая разная пицца

Прототип пиццы существовал еще у древних римлян – кушанья подавались на стол на ломтях хлеба. А в XIX веке, когда в Европу ввезли помидоры, в Италии появилась пицца в современном понимании. Сегодня это простое, но гениальное кулинарное изобретение имеет бесчисленное множество вариантов исполнения и пользуется неизменным успехом во всем мире.

## Пицца с грибами

На 6 порций:

- 450 г муки
- 1 ст.л. оливкового масла
- 1 ст.л. меда
- 1 пакетик сухих дрожжей
- 1 ч.л. соли

Для начинки:

- 200 г салями
- 1 сладкий зеленый перец
- 250 г крупных шампиньонов

- 1 крымская луковица
- 150 г твердого сыра

**1** Дрожжи и мед разведите в 1/4 стакана теплой воды, поставьте в теплое место. Соедините муку, соль, оливковое масло, опару и 2/3 стакана теплой воды. Замесите тесто и дайте настояться 30 минут.

**2** Шампиньоны крупно нарежьте и слегка обжарьте. Лук и перец нарежьте полукольцами, помидоры дольками, салями тонкими ломтиками.

**3** Раскатайте тесто тонким слоем, выложите в форму, вылепите бортик. Посыпьте тесто тертым сыром, аккуратно выложите начинку. Выпекайте 20–25 минут при 180 °С.



## Пицца с морепродуктами

На 6 порций:

Для теста:

- 125 г муки
- 1/3 пакетика сухих дрожжей
- щепотка сахара
- 1/4 ч.л. соли
- оливковое масло для смазывания формы

Для начинки:

- 200 г консервированного тунца
- 150 г смеси консервированных морепродуктов (кальмары, креветки, осьминоги, мидии)
- 2 помидора
- 60 г маслин без косточек
- 2 ст.л. оливкового масла
- 150 г тертого сыра
- 1/2 ч.л. рубленого базилика
- 1/2 ч.л. сушеного орегано

- молотый черный перец, соль по вкусу

**1** Соедините дрожжи, сахар и 2 ст. л. теплой воды.

Добавьте 2 ст. л. муки, хорошо перемешайте, накройте полотенцем и поставьте в теплое место на 30 мин.

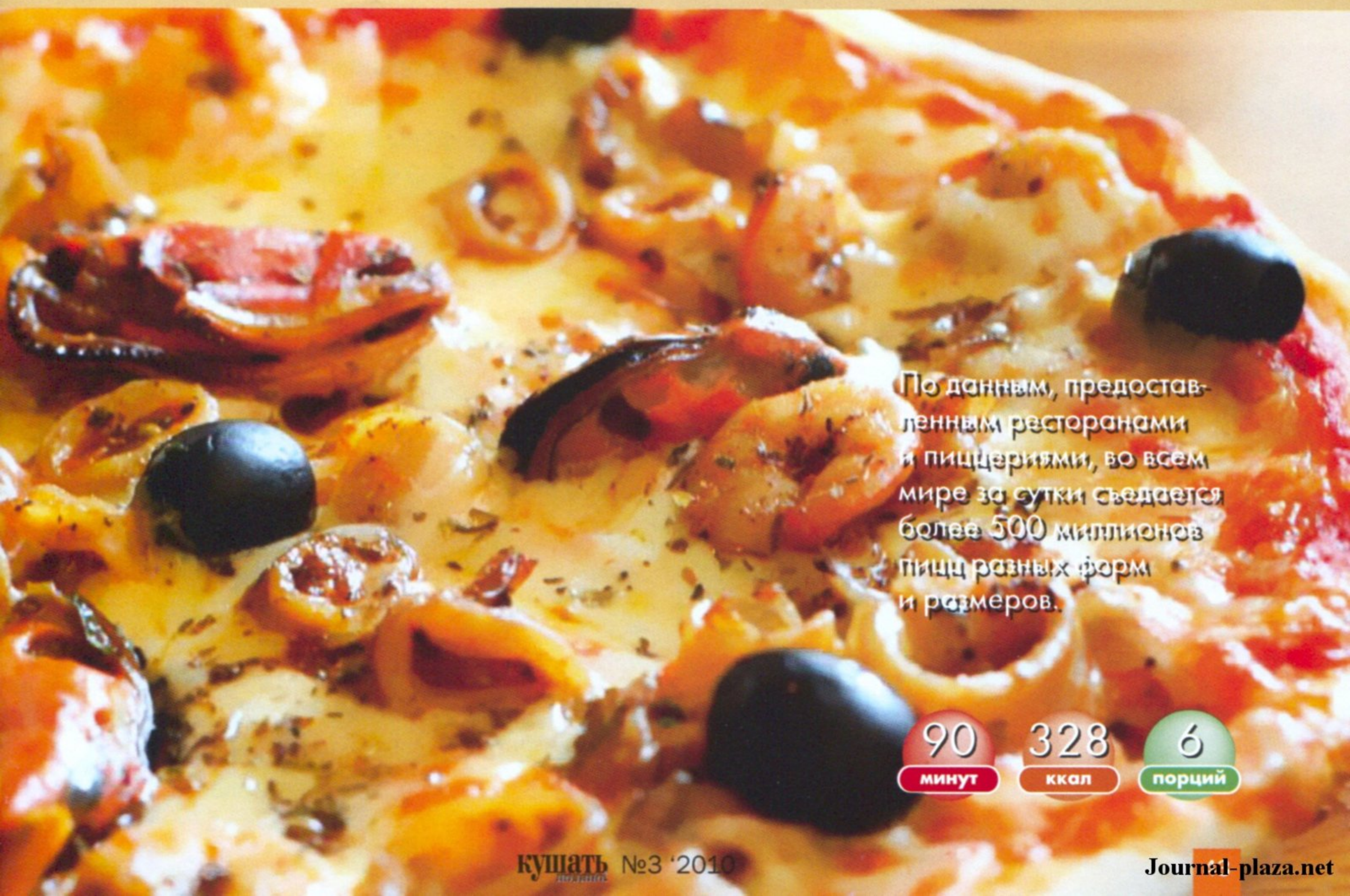
**2** Оставшуюся муку высыпьте на стол, в середине сделайте углубление. В углубление влейте опару, посолите, добавьте примерно 125 мл теплой воды.

**3** Замесите мягкое тесто: оно должно быть эластичным и не прилипать к рукам. Накройте полотенцем и поставьте в теплое место на 1 час (оно должно увеличиться в объеме примерно вдвое).

**4** Морепродукты нарежьте. Тунец разделите на кусочки. Маслины нарежьте колечками.

**5** Помидоры ошпарьте, очистите от кожицы и измельчите в блендере. Спассеруйте помидоры с базиликом на масле. Получившуюся томатную массу охладите.

**6** Тесто раскатайте в пласт, выложите его в форму, смазанную маслом, сделайте бортики. На тесто выложите томатную массу, затем рыбу и морепродукты, посыпьте орегано, посолите и поперчите. Сверху уложите маслины, посыпьте тертым сыром, сбрызните маслом и выпекайте 30 минут при 220°С.



По данным, предоставленным ресторанами и пиццериями, во всем мире за сутки съедается более 500 миллионов пицц разных форм и размеров.

90

минут

328

ккал

6

порций



Бasilik – непременно́й атрибут средиземноморской кухни. Если вы любите итальянские блюда, можно прорастить базилик дома в горшочке – тогда вам обеспечены свежие зеленые листья в любой сезон.

40

минут

357

ккал

6

порций

## Пицца с салями

На 6 порций:

Для теста:

- 300 г муки
- 250 мл кефира
- 1 ч.л. сухих дрожжей
- 1 ч.л. сахара
- 1/4 стакана оливкового масла

Для начинки:

- 250 г салями
- 1 крупный помидор
- 1 луковица
- 1/2 сладкого перца
- 200 г твердого сыра
- 2–3 ст.л. майонеза
- сушеный майоран по вкусу
- 12 листиков базилика

**1** Дрожжи разведите в 1/2 стакана подслащенной теплой воды, поставьте в теплое место, дайте опаре подняться. К подошедшей опаре добавьте кефир, введите муку и замесите мягкое тесто. Выложите тесто в смазанную маслом форму, сформируйте бортик (в зависимости от диаметра формы должно получиться 2–3 пиццы).

**2** Смажьте основу пиццы майонезом, посыпьте майораном. Сыр натрите на крупной терке, помидор, лук, салями и перец нарежьте кружочками.

**3** Посыпьте основу пиццы толстым слоем сыра, выложите на расстоянии друг от друга салями, затем перец, лук и помидоры. Снова посыпьте толстым слоем сыра и майораном. Выпекайте 20–25 минут при 180 °С, при подаче украсьте листиками базилика.



## Овощная пицца

### На 6 порций:

Для теста:

- 150 г муки
- 250 г творога (жирность 9%)
- 1/2 ч.л. соли
- 1 ст.л. сахара
- 2 яйца
- 1/4 ч.л. соды
- уксус

Для начинки:

- 200 г свежемороженого зеленого горошка
- 2 красных сладких перца
- 2 крупных помидора
- 2 крымские луковичы
- 100 г твердого сыра
- кетчуп по вкусу
- майонез по вкусу
- зелень петрушки

1 Яйца слегка взбейте,

добавьте сахар, соль, творог, гашенную уксусом соду. Введите муку и замесите тесто.

2 Лук нарежьте полукольцами, помидор – дольками, сладкий перец – мелкими кубиками.

3 Раскатайте тесто (можно очень тонко, можно потолще), выложите в смазанную маслом форму, вылепите бортик. Смажьте верх кетчупом и майонезом. Выложите овощную начинку, посыпьте крупно натертым сыром. Выпекайте примерно 20 минут при 180 °С. При подаче щедро посыпьте зеленью петрушки.



45

минут

239

ккал

6

порций

кушать №3 '2010

# КЛАСИЧНІ ВИТРИМАНІ СИРИ З ЛИТВЫ



ЕКСКЛЮЗИВНИЙ ІМПОРТЕР ТА ДИСТРИБУТОР

тел.: (044) 537-35-08

**ARDIS**

www.zpienas.lt

Journal-plaza.net



Помните, какой восторг вызывали у вас в детстве предпраздничные приготовления? Подарите своим малышам еще больше радости, подключив их к кулинарному таинству. Для пасхального стола можно не только покрасить вместе яйца, но и приготовить вот такие забавные десерты.

35  
минут

317  
ккал

2  
порции

# Праздник для всех!

## Веселое печенье

На 2 порции:

- 100 г маргарина
  - 75 г сахарной пудры
  - 1 яйцо
  - 1 ч.л. молотой корицы
  - 2,5 стакана муки
  - 50 г темного изюма
- Для украшения:
- 50 г черного шоколада
  - 100 г сахарной пудры
  - 20 мл сиропа глюкозы
  - несколько капель глицерина
  - красный пищевой краситель

**1** Разотрите маргарин с сахарной пудрой. Добавьте яйцо и корицу, все хорошо перемешайте. Введите муку и изюм (20 изюминок отложите), вымесите тесто.

**2** Выложите тесто на посыпанную мукой поверхность, раскатайте до толщины в 6 мм. Вырежьте кружочки при помощи формочки или стакана, рукой придайте яйцевидную форму.

Выложите на смазанный маслом противень, из изюминок сформируйте глазки. Выпекайте при 190°С до золотистого цвета (15 минут).

**3** Дайте печенье остыть. Растопите шоколад и нарисуйте им волосы. Соедините сахарную пудру, сироп глюкозы и глицерин. Небольшую часть окрасьте в красный. Сделайте из сахарной пасты одежду, из красной – рот и пуговики.



## Шоколадные гнездышки

На 4 порции:

Для теста:

- 100 г маргарина
- 100 г сахарной пудры
- 2 яйца
- 2/3 стакана муки
- 25 г какао-порошка
- щепотка разрыхлителя

Для крема:

- 100 г сливочного масла
  - 225 г сахарной пудры
  - 2 ст.л. какао-порошка
- Для сахарной пасты:

- 2,5 ч.л. желатина
- 60 мл сиропа глюкозы
- 1 ч.л. глицерина
- 500 г сахарной пудры
- пищевые красители разных цветов

**1** Размягченный маргарин и сахарную пудру соедините, вымесите до однородного состояния. Добавьте взбитые яйца, продолжайте вымешивать. Постепенно введите муку и какао-порошок.

**2** Маленькие формочки для кексов (лучше использовать бумажные или силиконовые) немного смажьте маслом, наполните тестом на 2/3. Поставьте в разогретую до 180°C духовку, выпекайте 20 минут, остудите.

**3** Масло хорошо разомните, добавьте сахарную пудру и какао-порошок, перемешайте до однородного состояния.

**4** Желатин залейте водой, дайте набухнуть, растворите на водяной бане. Добавьте глюкозный сироп и глицерин, перемешайте. Сахарную пудру высыпите на стол, сделайте лунку, влейте желатиновую смесь, вымесите до пластичного состояния, разделите на 3 части, одну оставьте неокрашенной, в две другие добавьте несколько капель пищевого красителя. Вылепите шарики яйцевидной формы.

**5** Кондитерским шприцем нанесите крем на каждый кекс, сверху выложите на каждое «гнездо» по 3 сахарных яйца.

К процессу приготовления легко подключатся даже самые маленькие дети: они с удовольствием займутся лепкой из сахарной пасты, а потом могут самостоятельно заполнить «гнездышки».

35

минут

410

ккал

4

порции



40

минут

570

ккал

4

порции



# Каждому свое

Кто-то предпочитает сочный кусочек мяса, кому-то подавай изысканную рыбу, а иной не мыслит свой обед без нежной курочки... Что ж, лучше не тратить времени на спор о вкусах, а приготовить трапезу по рецептам из нашей подборки. Тем более что в ней для каждого найдется блюдо по душе.

## Маринованная свинина

На 4 порции:

- 1 кг свинины (филе или на косточке)
- 1 лимон
- 150 мл соевого соуса
- 2 ст.л. томатной пасты
- 1 ч.л. молотого сушеного имбиря

- молотый черный перец, соль по вкусу
- растительное масло для жарки

**1** С лимона снимите цедру и выжмите сок. Соедините соевый соус, лимонный сок, цедру, томатную пасту, имбирь, перец, хорошо перемешайте маринад.

**2** Свинину нарежьте кусочками толщиной примерно 1 см. Выложите в посуду и залейте маринадом так, чтобы он покрывал мясо. Посуду затяните пищевой пленкой, поставьте в холодильник на 3 часа.

**3** Замаринованное мясо обжарьте на масле с двух сторон (по 3–4 минуты с каждой стороны).

**4** Влейте немного маринада и тушите под крышкой до готовности примерно 10–15 минут.



## Фаршированная рыба

На 4 порции:

- 1,5 кг карпа (толстолобика)
- 2 пакетика риса «Смесь Дикого с Пропаренным» ТМ «Жменька»
- 100 г сливочного масла
- 100 г сушеных грибов
- 2 луковицы
- 1 морковь
- сок половины лимона
- аджика по вкусу
- черный молотый перец, соль по вкусу
- молоко для замачивания

**1** Рыбу очистите, отрежьте голову, не разрезая брюшка, выньте внутренности. Промойте рыбу и на полчаса замочите в молоке.

**2** Рис отварите так, чтобы он был рассыпчатым\*. Лук мелко нашинкуйте и обжарьте на сливочном масле. Грибы и морковь отварите и очень мелко нарежьте. Соедините с луком и слегка обжарьте.

**3** Добавьте рис, все хорошо перемешайте и снимите с огня. Заправьте небольшим количеством

аджики, посолите и поперчите по вкусу.

**4** Рыбу посолите и наполните начинкой. Снаружи натрите лимонным соком, поперчите, посолите. Затем запекайте в духовке до готовности, время от времени поливая образующимся соком. Нарежьте рыбу на порционные куски и подавайте.

\* Рис в пакетиках для варки ТМ «Жменька» **всегда** получается **рассыпчатым**, а благодаря удобству приготовления **сократит время** пребывания на кухне. Это незаменимый **продукт для здорового образа жизни**. Микс дикого и пропаренного риса содержит большое количество клетчатки, витаминов и других полезных веществ и подходит для праздничных и повседневных блюд.



70  
минут

310  
ккал

4  
порции



## Сытный обед

### Чивапчичи

На 4 порции:

- 500 г говядины
- 2 луковицы
- 2 дольки чеснока
- 1 пучок тимьяна
- 3 ст.л. панировочных сухарей
- 1 яйцо
- 1 ст.л. острого порошка паприки
- 3 ст.л. растительного масла
- 2 ч.л. соли
- молотый черный перец по вкусу

**1** Лук и чеснок мелко нарежьте. Тимьян порубите.

**2** Говядину пропустите 2 раза через мясорубку. Добавьте чеснок, лук и панировочные сухари, тщательно перемешайте.

**3** Вбейте яйцо, добавьте порошок паприки, тимьян, соль и перец. Снова перемешайте.

**4** Сформируйте продолговатые котлетки около 5 см в длину и 2,5 см в диаметре. Обмажьте котлетки маслом и поджарьте на решетке в гриле или на мангале до появления золотистого цвета 5–8 минут. Готовность можно проверить, проткнув котлетку зубочисткой. Если идет прозрачный сок – все готово.

**30**  
минут

**486**  
ккал

**4**  
порции



Если у вас нет времени на приготовление – упакованные готовые блюда ТМ «Коронна страва» станут удобной альтернативой. Широкий ассортимент популярных блюд, приготовленных путем запекания в печи горячим воздухом, поможет легко составить меню на каждый день.



## Курица в соевом соусе

На 6 порций:

- 1 курица (примерно 1,4 кг)
- 2 ст.л. соевого соуса
- 1 ч.л. семян аниса
- 1 ч.л. молотой корицы
- 1 ст.л. молотого имбиря
- 1 ст.л. соли
- 1 ст.л. мелко нарезанной черемши
- зелень петрушки

**1** Курицу залейте водой, поставьте на огонь и доведите до кипения, снимая пену.

**2** Проварите 5 минут, затем добавьте черемшу, имбирь, корицу, семена аниса, приправьте солью и соевым соусом. Тушите при закрытой крышке на слабом огне в течение часа.

**3** Готовую курицу достаньте из бульона, охладите и нарежьте порционными кусочками. При подаче полейте кусочки курицы теплым бульоном и украсьте зеленью.

Соус «Сэн Сой» Классический – превосходная приправа к блюдам из мяса, птицы и овощей. Он придаст тонкий аромат и изысканный вкус любым гарнирам, пельменям и даже яичнице. Его можно подавать как к готовым блюдам, так и добавлять в процессе приготовления (жарки, тушения, маринования).



85

минут

456

ккал

6

порций





15

минут

260

ккал

2

порции

# Эх, яблочко!

Яблоки нормализуют пищеварение, укрепляют иммунитет и помогают поддерживать постоянный уровень сахара в крови. Конечно, ничто не мешает употреблять их в чистом виде. Но какой тонкий вкус они способны придать блюду! Этим стоит воспользоваться. Тем более что даже после термической обработки яблоки сохраняют большинство полезных веществ.

## Яблочная закуска

На 2 порции:

- 2 сладких красных яблока
- 1 гранат
- 200 г крабовых палочек
- 2 больших листа пекинской капусты
- 2 яйца
- 2 ст.л. лимонного сока
- 4 ст.л. обезжиренного майонеза

**1** Каждое яблоко разрежьте пополам, аккуратно удалите мякоть, оставляя примерно 5 мм по краям. Нарежьте мякоть на мелкие кусочки.

Сбрызните лимонным соком половинки яблок и измельченную мякоть.

**2** Яйца отварите и натрите на крупной терке. Крабовые палочки мелко нарежьте. С листьев капусты срежьте прикорневые утолщения и нашинкуйте листья тонкой соломкой.

**3** Перемешайте все ингредиенты, заправьте майонезом. Заполните половинки яблок и выложите на каждую зернышки граната.



10  
минут

190  
ккал

2  
порции

Яблоки для салатов поливают лимонным соком для того, чтобы они сохраняли светлый цвет.

## Зеленый салат

На 2 порции:

- 2 кислых зеленых яблока
- 2 свежих огурца
- 2 ст.л. лимонного сока
- 200 г нежирной ветчины
- обезжиренный майонез

**1** Яблоки нарежьте тонкой соломкой и залейте лимонным соком.

**2** Огурец и ветчину также нашинкуйте соломкой.

**3** Перемешайте все ингредиенты салата, заправьте майонезом по вкусу.





### Канопе с тунцом

На 6 порций:

- 1 сладкое красное яблоко
- 1 банка тунца в собственном соку
- пучок зеленого лука
- 2 ст.л. обезжиренного майонеза
- 2 ст.л. лимонного сока
- 6 тонких ломтиков белого хлеба
- брусника для украшения

**1** Тунец разотрите вилкой до пюреобразного состояния, предварительно слив сок.

**2** Зеленый лук очень мелко покрошите, соедините с тунцом, заправьте майонезом, все хорошо перемешайте.

**3** Яблоко нарежьте тонкими дольками,

выберите 6 долек примерно одинакового диаметра, залейте лимонным соком.

**4** Формочкой вырежьте кружок из каждого ломтика хлеба, слегка смажьте майонезом. На каждый ломтик положите дольку яблока, затем по столовой ложке тунца. Украсьте канопе ягодами брусники.



При употреблении яблок старайтесь не срезать кожуру, так как в ней содержится большое количество полезного пектина и волокон.

15  
минут

288  
ккал

6  
порций

123RF



Чоризо – сухие сырокопченые колбаски с характерным дымным ароматом. Испанские чоризо делаются из свинины, свиного жира, паприки и соли.

30  
минут

320  
ккал

4  
порции

## Колбаски в сидре

На 4 порции:

- 8 испанских колбасок чоризо (можно заменить другими сырокопченными колбасками)
- 0,5 л яблочного сидра
- 2 некрупных зеленых яблока
- 1 лавровый лист
- зелень петрушки

**1** Колбаски нарежьте на кусочки, яблоки – дольками средней толщины.

**2** Чередую кусочки колбаски и яблочные дольки, выложите их в форму и залейте сидром. Добавьте лавровый лист, раскрошенный на мелкие кусочки.

**3** Запекайте 30 минут в духовке на средней полке, периодически помешивая. При подаче посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки.





Конечно, божественный аромат и вкус кофе и сами по себе представляют ценность. Но вместе с тем, всеми любимый напиток вдохновляет на создание все новых и новых оригинальных вариаций. Предлагаем немного отступить от классики, и попробовать кофе в сочетании со вкусом шоколада, мороженого или ягод.

# Кофейные вариации

## Мокко «в облаке»

На 8 порций:

- 2 стакана крепкого черного кофе
- 5 стаканов молока
- 3 ст.л. сахара
- 3 ст.л. ванильного сахара
- 100 г черного шоколада
- 2/3 стакана взбитых сливок
- 1 ч.л. молотой корицы

**1** На медленном огне подогрейте

3 стакана молока, добавьте ванильный сахар, кусочки шоколада. Нагревайте, помешивая, пока шоколад не растает.

**2** В высокой кастрюле соедините кофе с оставшимся молоком и сахаром. Влейте молоко с шоколадом, взбивайте до появления пены. Подавайте со взбитыми сливками, посыпав корицей.

15  
минут

210  
ккал

8  
порций



10  
минут

168  
ккал

2  
порции

## Вишневый кофе

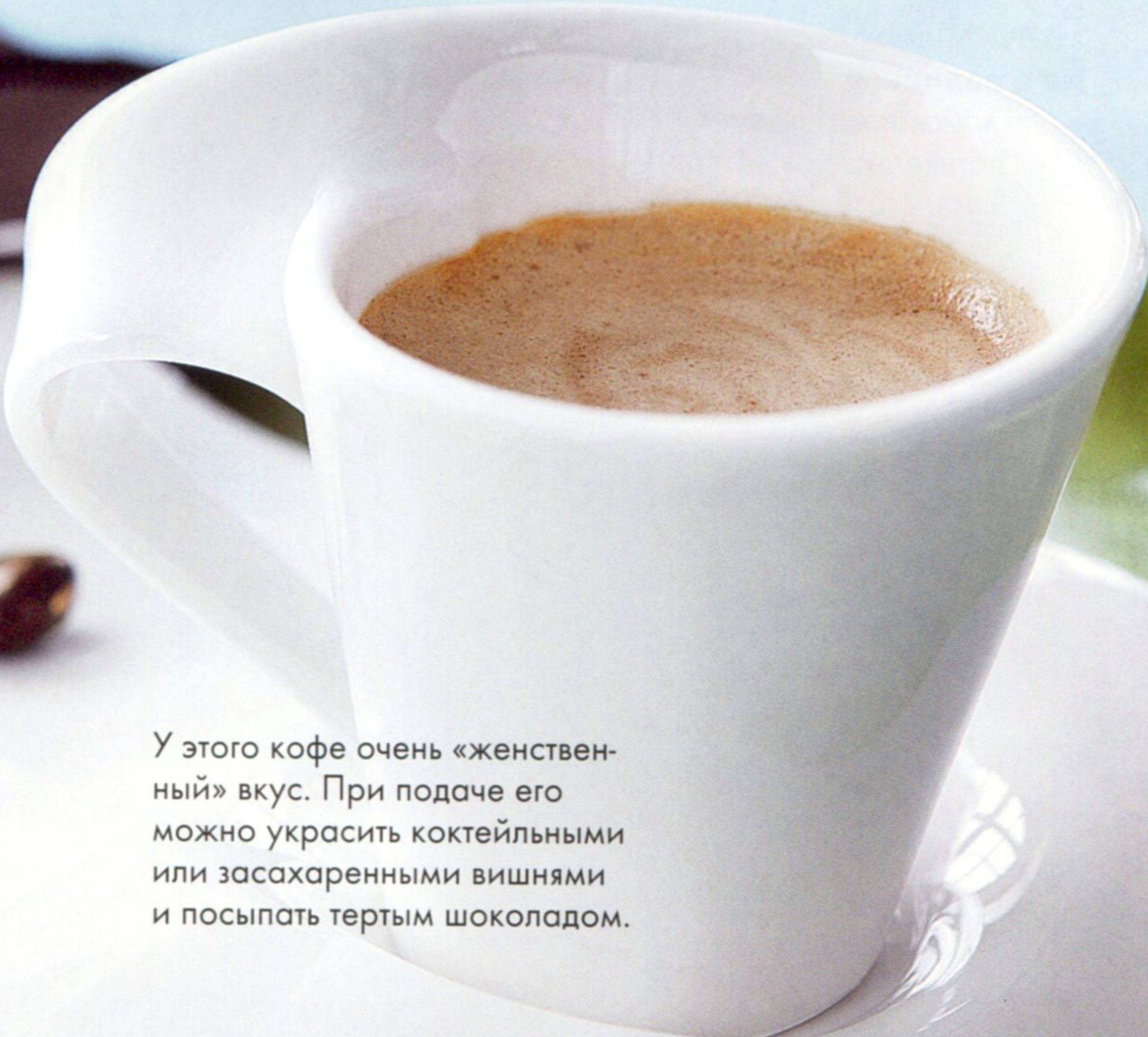
На 2 порции:

- 2 ч.л. молотого кофе
- 2 ст.л. сахара
- 4 ст.л. шоколадного сиропа
- 2 ст.л. густого вишневого сока
- 4 ст.л. жирных сливок

**1** Приготовьте крепкий кофе традиционным способом.

Соедините кофе, сахар, вишневый сок, шоколадный сироп и сливки.

**2** Подогрейте небольшие чашечки с толстыми стенками, разлейте кофе и подавайте.



У этого кофе очень «женственный» вкус. При подаче его можно украсить коктейльными или засахаренными вишнями и посыпать тертым шоколадом.



## Глясе

На 2 порции:

- 2 ч.л. молотого кофе
- 1/2 стакана ванильного мороженого
- 1/2 стакана сливочного мороженого
- 2 ст.л. шоколадного сиропа
- 40 г тертого шоколада или шоколадной стружки

**1** Сварите 1 стакан кофе традиционным способом, хорошо охладите.

**2** В фужеры чашки или фужеры емкостью 300 мл положите мороженое двух видов, полейте шоколадным сиропом.

**3** Осторожно добавьте охлажденный кофе. Подавайте, посыпав тертым шоколадом или шоколадной стружкой.

Кофе типа глясе будет еще более вкусным, если при его варке добавить к сухому кофе немного какао-порошка.

10

минут

280

ккал

2

порции



## Клубничный айс-кофе

На 4 порции:

- 4 ч.л. молотого кофе
- 8 ч.л. сахара
- 200 мл клубничного сиропа
- лед

**1** Соедините молотый кофе, сахар и 2,5 стакана воды. Сварите крепкий кофе, охладите.

**2** Бокалы до половины наполните льдом, залейте клубничным сиропом и кофе в равном количестве. К напитку также можно добавить жидкие сливки или молоко по вкусу.

10  
минут

120  
ккал

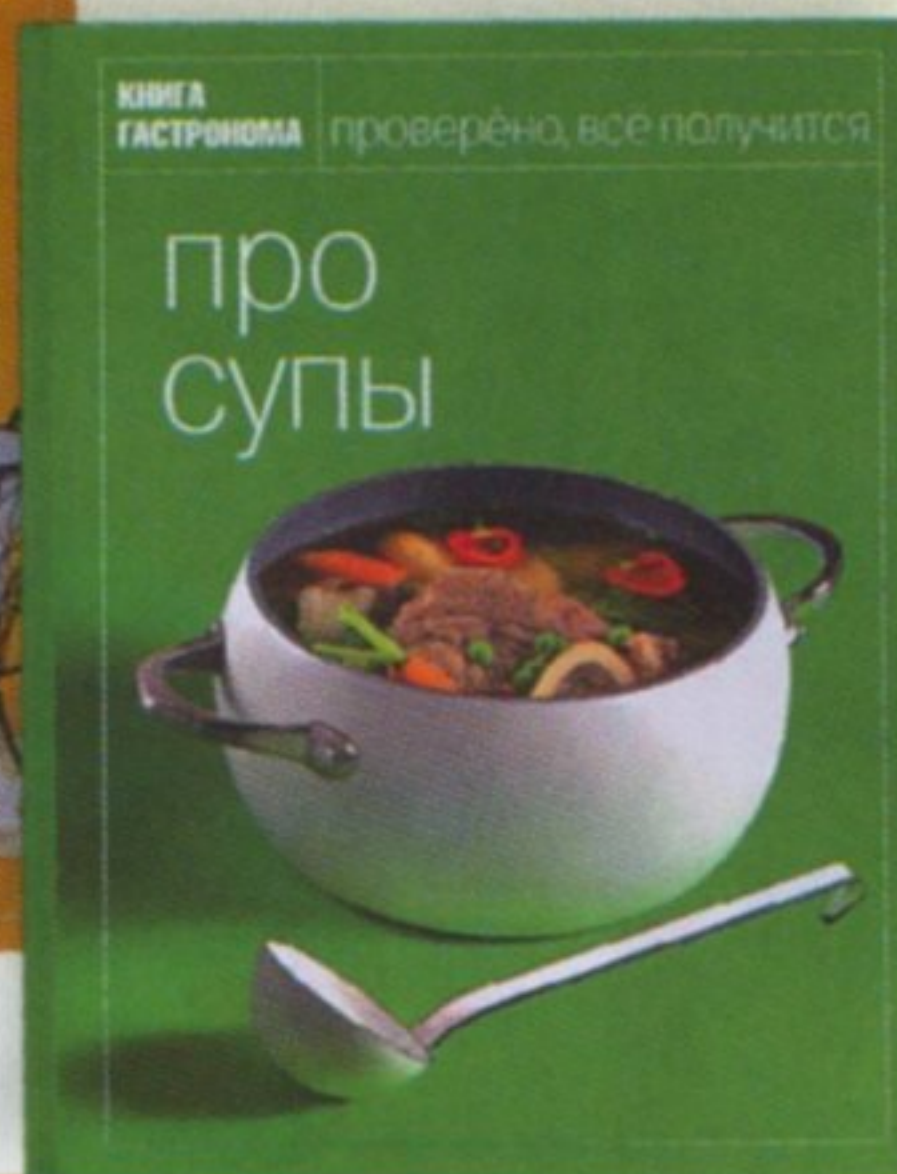
4  
порции

В этом рецепте можно использовать любой ягодный сироп – все зависит только от ваших предпочтений.





# Підписка на журнал



Среди подписчиков, при-  
славших копию подписного  
купона, будут разыграны  
«Книги гастронома» от  
издательства «Эксмо»

**!** Уважаемые подписчики, не забывайте  
указывать точный адрес доставки

## ПОВІДОМЛЕННЯ

Отримувач платежу <b>ТОВ «Інтернешнл Медіа»</b>	<b>26005001304304</b>	<b>33148271</b>
		Код ЄДРПОУ
Установа банку <b>АТ «ОТП Банк», м. Київ</b>		<b>300528</b>
		МФО банку
Прізвище, ім'я та по батькові		Ідентифікаційний номер
Адреса доставки		Телефон
Вид платежу <b>Передплата на журнал «Кушать подано!»</b>		Сума
<b>на 1-е півріччя 2010 року</b>		<b>22,00 грн</b>
Платник	Пеня	Всього <b>22,00 грн</b>

Касир

## КВИТАНЦІЯ

Отримувач платежу <b>ТОВ «Інтернешнл Медіа»</b>	<b>26005001304304</b>	<b>33148271</b>
		Код ЄДРПОУ
Установа банку <b>АТ «ОТП Банк», м. Київ</b>		<b>300528</b>
		МФО банку
Прізвище, ім'я та по батькові		Ідентифікаційний номер
Адреса доставки		Телефон
Вид платежу <b>Передплата на журнал «Кушать подано!»</b>		Сума
<b>на 1-е півріччя 2010 року</b>		<b>22,00 грн</b>
Платник	Пеня	Всього <b>22,00 грн</b>

Касир





# iMedia

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

*Есть повод подписаться!*

Подписной индекс журнала Wellness - **94780**, Wellness-mini - **98965**,  
«Идеальный Дом» - **91377**, «Кушать подано!» - **95474**,  
«Истории успешных компаний и людей» - **96495**



# Теперь ты мой

Купив посудомоечную машину, вы раз и навсегда избавитесь от споров по поводу того, чья сегодня очередь мыть тарелки и кастрюли. А время после ужина сможете безраздельно посвятить друг другу, а не грязной посуде.



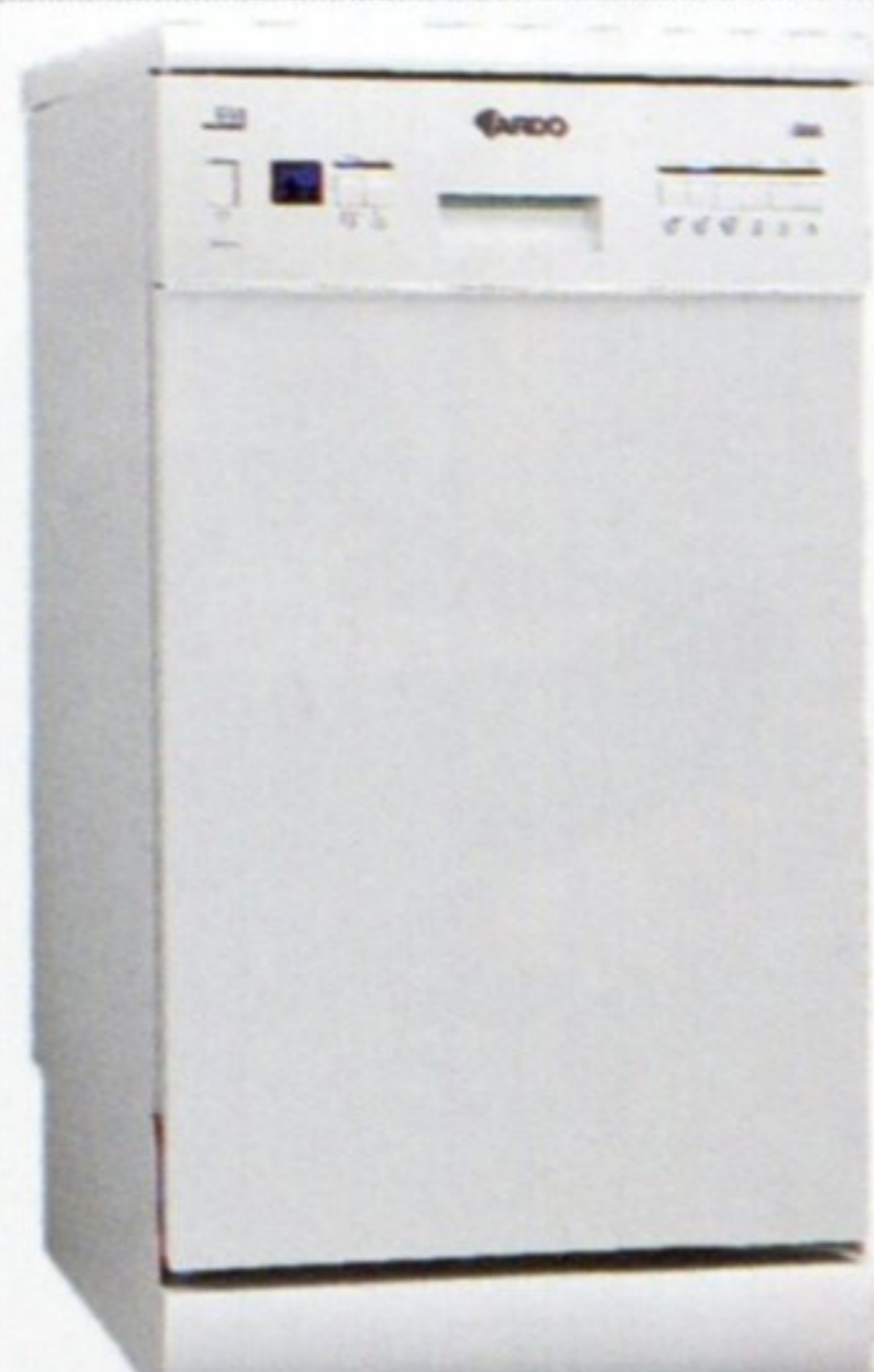
## Candy CDI 3515/1-S

■ Размер: 82×60×58 см. Уровень шума: 48 дБ. Цена: 4019 грн. Функция половинной загрузки, экономный расход воды, отсрочка пуска до 9 часов, 5 программ, быстрая мойка (32 минуты), 4 системы безопасности.



## Electrolux Daily4Two ESF 2450

■ Размер: 45×54,5×48 см. Уровень шума: 48 дБ. Цена: 3800 грн. Компактная настольная модель, режим экономии энергии, 5 программ, 5 температурных режимов, отсрочка пуска до 19 часов.



## ARDO DW45AL

■ Размер: 85×45×56 см. Уровень шума: 49 дБ. Цена: 4520 грн. Функция половинной загрузки, автоматическое регулирование жесткости воды, 6 программ, 4 температурных режима, отсрочка пуска, LED-дисплей.

## AEG F80871M

■ Размер: 85×60×63,5 см. Уровень шума: 41 дБ. Цена: 5016 грн. Внутренняя подсветка, турбосушка с вентилятором, функция Aqua control со звуковым сигналом, отсрочка пуска.



## Zanussi ZDS304

■ Размер: 85×45×60 см. Уровень шума: 49 дБ. Цена: 3599 грн. Экономное потребление воды, защита от перелива, отсрочка пуска, быстрая мойка (30 минут), 5 программ, 4 температурных режима.



# Новая перечница

Такая банальная деталь, как перечница или солонка, способна стать ярким акцентом в сервировке и даже вызвать улыбку. Может быть, пора задуматься о замене «старой перечницы»?

Солонка и перечница Princess and Frog Kiss, керамика, США, 89 грн.



Солонка и перечница Mini, стекло, Англия, 132 грн.



Солонка и перечница Chicken, керамика Англия, 132 грн.



Солонка и перечница Banana Bros, термостойкая резина, Италия, 279 грн.



Солонка и перечница Hugs, США, 49 грн.



Солонка и перечница Mailman and Dog, керамика США, 89 грн.



Солонка и перечница Rainbow, стекло, Англия, 450 грн.





# Цветущий вид

В этом году Пасха будет ранняя, а это значит, что и долгожданная весна наступит раньше обычного – по крайней мере, в душе каждого из нас. Теперь весь мир будет только обновляться и расцветать – и от этой мысли становится особенно радостно.

**1** Главным акцентом праздничного стола предлагаем сделать цветущие ветки. Правда, погода вряд ли побалуует нас таким ранним цветением вишни. Но это поправимо – можно воспользоваться и искусственной сакурой, ведь самое важное – задать настроение. Поставьте ветви в высокую стеклянную вазу.

**2** Конечно, ни один пасхальный стол не обойдется без крашенок. Предлагаем преподнести этот традиционный атрибут оригинально: покрасьте яйца в пастельные цвета и развесьте на ветках при помощи белых атласных ленточек.

**3** В пастельной цветовой гамме нетрудно подобрать и свечи (например, желтого, розового и зеленого оттенков).

**4** Белая посуда, скатерть и салфетки с пасхальными мотивами, фарфоровые статуэтки, корзина с угощениями – все эти милые мелочи продолжают основную праздничную линию.

**5** Подарки, заготовленные к празднику, тоже можно преподнести необычным способом: упакуйте их в красивые коробочки и расставьте на столе.



# 5 способов сделать пиццу еще вкуснее

Настоящая пицца, изготовленная с соблюдением всех пропорций, не сломается, даже если перегнуть ее пополам. С вашей пиццей этот номер пока не проходит? Не переживайте! Есть еще один неизменный критерий: самое главное, чтобы было вкусно.

■ Для того чтобы легко перенести раскатанное тесто для пиццы на противень или в форму, аккуратно намотайте его на скалку.

■ Нередко пиццу делают с колбасой. В этом случае лучше использовать полукопченые и вареные сорта с кусочками сала.

■ Перед тем как укладывать на тесто начинку из жареного мяса, сбрызните его холодной водой и положите на него несколько кусочков сливочного масла. В этом случае оно сохранит в пицце вкус свежезажаренного.

■ Сыр, приготовленный для пиццы, придаст ей большой аромат, если натирать его непосредственно перед посыпкой.

■ Если при выпечке пицца слишком быстро подрумянивается, накройте ее пергаментной бумагой, смоченной в воде. Подгорающие части пиццы также можно отдельно накрыть кусочками пергаментной бумаги.

